

ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ BÖLÜMÜ LİSANS PROGRAMI VE DERS İÇERİKLERİ

I. YARIYIL						
KOD	DERSİN ADI	Z/S	T	U	K	AKTS
AIITL101	ATATÜRK İLKELERİ VE İNKILAP TARİHİ I	Z	2	0	2	2
YDL105	YABANCI DİL I	Z	2	0	2	2
ANT101	İNSAN ANATOMİSİ VE KİNESYOLOJİ	Z	4	0	4	5
ANT103	RİTİM EĞİTİMİ VE DANS	Z	3	2	4	5
ANT105	SPOR BİLİMLERİNE GİRİŞ	Z	3	0	3	5
ANT107	SAĞLIK BİLGİSİ VE İLK YARDIM	Z	3	2	4	6
ANT.....	SEÇMELİ I (.....)	S	3	0	3	5
TOPLAM			20	4	22	30

II. YARIYIL						
KOD	DERSİN ADI	Z/S	T	U	K	AKTS
AIITL102	ATATÜRK İLKELERİ VE İNKILAP TARİHİ II	Z	2	0	2	2
YDL106	YABANCI DİL II	Z	2	0	2	2
ANT102	YAŞAM BOYU SPOR	Z	2	2	3	4
ANT104	GENEL CİMNASTİK	Z	3	2	4	6
ANT106	ATLETİZM I	Z	3	2	4	6
ANT108	FİZYOLOJİ	Z	3	2	4	5
ANT.....	SEÇMELİ SPOR DALI I (.....)	S	3	0	3	5
TOPLAM			18	8	22	30

III. YARIYIL						
KOD	DERSİN ADI	Z/S	T	U	K	AKTS
ANT201	TÜRKÇE I YAZILI ANLATIM	Z	2	0	2	2
ANT203	SPOR FİZYOLOJİSİ	Z	3	2	4	5
ANT205	BİLGİSAYAR	Z	2	2	3	5
ANT207	ANTRENMAN BİLGİSİ I	Z	3	0	3	4
ANT209	SPORCU BESLENMESİ	Z	3	0	3	4
ANT211	HENTBOL	Z	3	2	4	5
ANT213	BASKETBOL	Z	3	2	4	5
TOPLAM			19	8	23	30

IV. YARIYIL						
KOD	DERSİN ADI	Z/S	T	U	K	AKTS
ANT202	TÜRKÇE II SÖZLÜ ANLATIM	Z	2	0	2	2
ANT204	ATLETİZM II	Z	3	2	4	5
ANT206	SPOR KAZALARINDAN KOR. VE REH.	Z	3	0	3	4
ANT208	ANTRENMAN BİLGİSİ II	Z	3	0	3	4
ANT210	VOLEYBOL	Z	3	2	4	5
ANT212	ARTİSTİK CİMNASTİK	Z	3	2	4	5
ANT.....	SEÇMELİ II (.....)	S	2	2	3	5
TOPLAM			19	8	23	30

V. YARIYIL						
KOD	DERSİN ADI	Z/S	T	U	K	AKTS
ANT301	PSİKOMOTOR GELİŞİM	Z	3	0	3	5
ANT303	FİZİKSEL UYGUNLUK	Z	2	2	3	5
ANT305	FUTBOL	Z	3	2	4	5
ANT307	YÜZME	Z	3	2	4	5
ANT.....	SEÇMELİ III (.....)	S	2	2	3	5
ANT.....	SEÇMELİ SPOR DALI II (.....)	S	3	2	4	5
TOPLAM			16	10	21	30

VI. YARIYIL						
KOD	DERSİN ADI	Z/S	T	U	K	AKTS
ANT302	SPORDA BECERİ ÖĞRENİMİ	Z	3	0	3	5
ANT304	ENGELLİLER İÇİN BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR	Z	3	0	3	5
ANT306	SPOR PSİKOLOJİSİ	Z	3	0	3	5
ANT308	BİOMEKANİK	Z	3	0	3	5
ANT310	UGULAMALI GİRİŞİMCİLİK	Z	2	2	3	4
ANT.....	UZMANLIK SPOR DALI VE TEORİSİ I (.....)	S	3	2	4	6
TOPLAM			17	4	19	30

VII. YARIYIL						
KOD	DERSİN ADI	Z/S	T	U	K	AKTS
ANT401	UZMANLIK DALI ANTRENÖRLÜK UYG. I	Z	2	4	4	5
ANT403	SPORDA YETENEK SEÇİMİ VE İLKELERİ	Z	2	0	2	3
ANT405	ANRENÖRLÜ EĞİTİMİNDE ARAŞ. VE PROJ. I	Z	2	0	2	4
ANT407	MÜSABAKA ANALİZİ VE DEĞERLENDİRME	Z	2	0	2	3
ANT409	KONDİSYON ANTRENMANLARI VE YÖN.	Z	3	2	4	5
ANT.....	UZMANLIK SPOR DALI VE TEORİSİ II (.....)	S	3	2	4	6
ANT.....	SEÇMELİ IV (.....)	S	2	0	2	4
TOPLAM			16	8	20	30

VIII. YARIYIL						
KOD	DERSİN ADI	Z/S	T	U	K	AKTS
ANT402	UZMANLIK DALI ANTRENÖRLÜK UYG. II	Z	2	4	4	5
ANT404	SPORDA YÖNETİM VE ORGANİZASYON	Z	3	0	3	5
ANT406	ANRENÖRLÜ EĞİTİMİNDE ARAŞ. VE PROJ. II	Z	2	0	2	4
ANT408	ANTRENMAN UYG. VE ALAN TESTLERİ	Z	2	3	4	6
ANT.....	UZMANLIK SPOR DALI VE TEORİSİ III (.....)	S	3	2	4	6
ANT.....	SEÇMELİ V (.....)	S	2	0	2	4
TOPLAM			14	9	19	30

Genel Toplam	Teorik	Uygulama	Kredi	Saat	Akts
	139	59	169	198	240

SEÇMELİ DERSLER

SEÇMELİ I			
KOD	DERSİN ADI	KOD	DERSİN ADI
ANT109	ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ VE İLKELERİ	ANT111	FİZİKSEL AKTİVİTE VE SAĞLIK

SEÇMELİ SPOR DALI I			
KOD	DERSİN ADI	KOD	DERSİN ADI
ANT110	BADMINTON	ANT138	GÖSTERİ CİMNASTİĞİ
ANT112	SPORTİF RİTMİK CİMNASTİK (KIZ)	ANT140	JUDO
ANT114	GÜREŞ (ERKEK)	ANT142	ATICILIK
ANT116	KAYAK	ANT144	BİNİCİLİK
ANT118	TENİS	ANT146	TRİATLON
ANT120	DAĞCILIK	ANT148	BOKS
ANT122	MASA TENİSİ	ANT150	TAEKWONDO
ANT124	BİSİKLET	ANT152	MODERN PENTATLON
ANT126	HALTER	ANT154	ORYANTRİNG
ANT128	ESKRİM	ANT156	BİLARDO
ANT130	KÜREK	ANT158	YELKEN
ANT132	STEP-AEROBİK	ANT160	SATRANÇ
ANT134	OKÇULUK	ANT162	VÜCUT GELİŞTİRME VE FİTNESS
ANT136	İZCİLİK	ANT164	KORFBOL

SEÇMELİ II			
KOD	DERSİN ADI	KOD	DERSİN ADI
ANT214	SPOR MASAJI	ANT222	LAB. UYG. VE ALAN TESTLERİ
ANT216	EGZERSİZ FİZYOLOJİSİ	ANT224	YAŞLILARDA EGZERSİZ
ANT218	SPORDA TEK. VE TAK. ÖĞR. YÖN.	ANT226	KADIN VE SPOR
ANT220	ÇOCUK VE ANTRENMAN		

SEÇMELİ III			
KOD	DERSİN ADI	KOD	DERSİN ADI
ANT309	EĞİTSEL OYUNLAR	ANT311	BİLİMSEL ARAŞ. TEKNİKLERİ

SEÇMELİ SPOR DALI II			
KOD	DERSİN ADI	KOD	DERSİN ADI
ANT313	BADMINTON	ANT341	GÖSTERİ CİMNASTİĞİ
ANT315	SPORTİF RİTMİK CİMNASTİK (KIZ)	ANT343	JUDO
ANT317	GÜREŞ (ERKEK)	ANT345	ATICILIK
ANT319	KAYAK	ANT347	BİNİCİLİK
ANT321	TENİS	ANT349	TRİATLON
ANT323	DAĞCILIK	ANT351	BOKS
ANT325	MASA TENİSİ	ANT353	TAEKWONDO
ANT327	BİSİKLET	ANT355	MODERN PENTATLON
ANT329	HALTER	ANT357	ORYANTRİNG
ANT331	ESKRİM	ANT359	BİLARDO
ANT333	KÜREK	ANT361	YELKEN
ANT335	STEP-AEROBİK	ANT363	SATRANÇ
ANT337	OKÇULUK	ANT365	VÜCUT GELİŞTİRME VE FİTNESS
ANT339	İZCİLİK	ANT367	KORFBOL

UZMANLIK SPOR DALI VE TEORİSİ I			
KOD	DERSİN ADI	KOD	DERSİN ADI
ANT312	KAYAK	ANT342	ARTİSTİK CİMNASTİK
ANT314	TAEKWONDO	ANT344	HALTER
ANT316	BEYZBOL	ANT346	BİSİKLET
ANT318	BUZ HOKEYİ	ANT348	ESKRİM
ANT320	FUTBOL	ANT350	KÜREK
ANT322	VOLEYBOL	ANT352	TENİS
ANT324	HENTBOL	ANT354	STEP-AEROBİK
ANT326	BASKETBOL	ANT356	OKÇULUK
ANT328	YÜZME	ANT358	YELKEN
ANT330	BADMINTON	ANT360	BOKS
ANT332	SPORTİF RİTMİK CİMNASTİK (BAYAN)	ANT362	JUDO
ANT334	GÜREŞ	ANT364	ATICILIK
ANT336	ATLETİZM	ANT366	BİNİCİLİK
ANT338	MASA TENİSİ	ANT368	ÇİM HOKEYİ
ANT340	DAĞCILIK	ANT370	BİLARDO

UZMANLIK SPOR DALI VE TEORISI II

KOD	DERSİN ADI	KOD	DERSİN ADI
ANT411	KAYAK	ANT441	ARTİSTİK CİMNASTİK
ANT413	TAEKWONDO	ANT443	HALTER
ANT415	BEYZBOL	ANT445	BİSİKLET
ANT417	BUZ HOKEYİ	ANT447	ESKRİM
ANT419	FUTBOL	ANT449	KÜREK
ANT421	VOLEYBOL	ANT451	TENİS
ANT423	HENTBOL	ANT453	STEP-AEROBİK
ANT425	BASKETBOL	ANT455	OKÇULUK
ANT427	YÜZME	ANT457	YELKEN
ANT429	BADMINTON	ANT459	BOKS
ANT431	SPORTİF RİTMİK CİMNASTİK (BAYAN)	ANT461	JUDO
ANT433	GÜREŞ	ANT463	ATICILIK
ANT435	ATLETİZM	ANT465	BİNİCİLİK
ANT437	MASA TENİSİ	ANT467	ÇİM HOKEYİ
ANT439	DAĞCILIK	ANT469	BİLARDO

SEÇMELİ IV

KOD	DERSİN ADI	KOD	DERSİN ADI
ANT471	REKREASYON	ANT473	MESLEKİ YABANCI DİL

UZMANLIK SPOR DALI VE TEORISI III

KOD	DERSİN ADI	KOD	DERSİN ADI
ANT410	KAYAK	ANT440	ARTİSTİK CİMNASTİK
ANT412	TAEKWONDO	ANT442	HALTER
ANT414	BEYZBOL	ANT444	BİSİKLET
ANT416	BUZ HOKEYİ	ANT446	ESKRİM
ANT418	FUTBOL	ANT448	KÜREK
ANT420	VOLEYBOL	ANT450	TENİS
ANT422	HENTBOL	ANT452	STEP-AEROBİK
ANT424	BASKETBOL	ANT454	OKÇULUK
ANT426	YÜZME	ANT456	YELKEN
ANT428	BADMINTON	ANT458	BOKS
ANT430	SPORTİF RİTMİK CİMNASTİK (BAYAN)	ANT460	JUDO
ANT432	GÜREŞ	ANT462	ATICILIK
ANT434	ATLETİZM	ANT464	BİNİCİLİK
ANT436	MASA TENİSİ	ANT466	ÇİM HOKEYİ
ANT438	DAĞCILIK	ANT468	BİLARDO

SEÇMELİ V

KOD	DERSİN ADI	KOD	DERSİN ADI
ANT470	SPOR MASAJI	ANT478	LAB. UYG. VE ALAN TESTLERİ
ANT472	EGZERSİZ FİZYOLOJİSİ	ANT480	YAŞLILARDA EGZERSİZ
ANT474	SPORDA TEK. VE TAK. ÖĞR. YÖN.	ANT482	KADIN VE SPOR
ANT476	ÇOCUK VE ANTRENMAN		

DERSLERİN İÇERİĞİ

I. YARIYIL

Atatürk İlkeleri ve İnkılap Tarihi I (2-0-2-2)

Kavramlar, tanımlar, ders yöntemleri ve kaynakların tanımı, Sanayi Devrimi ve Fransız Devrimi, Osmanlı Devleti'nin Dağılışı (XIX. Yüzyıl), Tanzimat ve Islahat Fermanı, I. ve II. Meşrutiyet, Trablusgarp ve Balkan Savaşları, I. Dünya Savaşı, Mondros Ateşkes Antlaşması, Wilson İlkeleri, Paris Konferansı, Mustafa Kemal'in Samsun'a Çıkışı ve Anadolu'daki Durum, Amasya Genelgesi, Ulusal Kongreler, Mebusan Meclisinin Açılışı, TBMM'nin Kuruluşu ve İç İsyanlar, Teşkilat-ı Esasiye Kanunu, Düzenli Ordunun Kuruluşu, I. İnönü, II. İnönü, Kütahya-Eskişehir, Sakarya Meydan Muharebesi ve Büyük Taarruz, Kurtuluş Savaşı sırasındaki antlaşmalar, Lozan Antlaşması, Saltanatın Kaldırılması.

Yabancı Dil I (2-0-2-2)

Bu ders, üniversite öğrencilerinin kendi alanlarında yürüttükleri her türlü akademik etkinlikte okuma, konuşma, dinleme ve yazma becerilerini belirli bir etkinlikte kullanabilmelerini sağlayacak biçimde tasarlanmıştır. Bu derste ilgi çekici bağlamlar yaratılarak, dilin işlevliğini artırıcı alıştırmalar verilerek, dilin gerçek iletişim becerilerinde kullanımı gösterilerek öğrencilerin dilsel ve iletişimsel yetileri geliştirilecek ve yabancı dil yeterlikleri artırılabilecektir.

İnsan Anatomisi Ve Kinesiyolojisi (4-0-4-5)

İnsan vücudunu meydana getiren hücre, doku, organlar, sistemler ve hareket sisteminin yapıları, anatomik terimler ve kavramlar, düzlemler, eksenler, baş, boyun, gövde, üst ve alt kısımların hareketleri ve harekete katılan kasların kasılması sırasındaki işlevleri, meydana getirdikleri eklem hareketleri, sportif hareketlerin kinesiyolojik analizleri.

Ritim Eğitimi ve Dans (3-2-4-5)

Ritim ve dansla ilgili temel kavramlar, müzik ve hareket ritmi, duruş çalışmaları, yürüyüşler, sıçrama, sekme ve galoplar, ritim, melodi ve müzik seçimi, vals, tango, caz, dansa ilişkin adımlamalar, kompozisyonlar.

Spor Bilimlerine Giriş (3-0-3-5)

Beden Eğitimi ve Sporda temel kavramlar, eğitim ve öğretimde beden eğitimi ve sporun yeri, işlevi, amaçları, felsefesi, diğer bilimlerle ilişkisi, beden eğitimi ve sporda meslek alanlarının geleceği, Türk eğitim ve spor kurumları içindeki yeri ve işlevi.

Sağlık Bilgisi ve İlk Yardım (3-2-4-6)

Sağlık bilgisinin tanımı, amacı, sağlıkla ilgili gelişmeler, enfeksiyonel ve ölümcül hastalıklardan korunma, sağlıklı yaşam tarzını geliştirmekle ilgili metodlar, hijyen, çevre koşulları, çocuklar ve gençler için zararlı alışkanlıklar ve etkileri, çocuk ve gençlerde sık görülen spor yaralanmaları ve korunma yolları. İlk yardım, tanımı, amacı, acil durumlarda kara verme, pansuman ve bandajlama, taşıma, solunum ve kalp durması, yaralanma ve kanamalar, ısı yaralanmaları, yanık, zehirlenme, tıkanma ve boğulma, kırıklar ve diğer kas-iskelet sistemi yaralanmaları, dolaşım sistemi sorunları, omurga travmaları, yabancı cisim batmaları, hayvan ve böcek ısırıklarında ilkyardım.

II. YARIYIL

Atatürk İlkeleri Ve İnkılap Tarihi II (2-0-2-2)

Siyasi alanda yapılan devrimler, siyasi partiler ve çok partili siyasi hayata geçiş denemeleri, hukuk alanında yapılan devrimler, toplumsal yaşayışın düzenlenmesi, ekonomik alanda yapılan yenilikler. 1923–1938 Döneminde Türk dış politikası, Atatürk sonrası Türk dış politikası, Türk Devriminin İlkeleri (Cumhuriyetçilik, Halkçılık, Laiklik, Devrimcilik, Devletçilik, Milliyetçilik), bütünleyici ilkeler.

Yabancı Dil II (2-0-2-2)

Bu ders, üniversite öğrencilerinin kendi alanlarında yürüttükleri her türlü akademik etkinlikte okuma, konuşma, dinleme ve yazma becerilerini belirli bir etkinlikte kullanabilmelerini sağlayacak biçimde tasarlanmıştır. Bu derste, öğrencilerin “Yabancı Dil I” dersinde kazandıkları bilgi ve becerilerin bir üst düzeye çıkartılması amaçlanmalıdır. Bu yapılırken ilgi çekici bağlamlar yaratılmasına, dilin işlevliğini artırıcı alıştırmalar yapılmasına, dilin gerçek iletişim becerilerinde kullanılmasına ve bu yolla öğrencilerin dilsel ve iletişimsel yetileri ile yabancı dil yeterliklerinin artırılmasına özen gösterilmelidir.

Yaşam Boyu Spor (2-2-3-4)

Yaşam boyu sporun tanımı, tarihsel gelişimi, yaşam boyu spor felsefesi. Yaşam boyu spor aktivitelerinin tanımı (Jogging, yürüyüşler, yüzme, bisiklet) ve uygulaması.

Genel Cimnastik (3-2-4-6)

Tanım, tarihçe, temel duruşlar, dizilişler, alan kullanımı, ritimli sekmeler, sıçramalar, dönüşler, geçiş ve bağlantılar, aletli ve aletsiz hareketler, piramitler, kural bilgileri. Gösteri yürüyüşleri, düzen, ritim, atlama ipi, cimnastik sopası, lobut yer minderi alıştırmaları, kural bilgileri ve öğretim becerileri.

Atletizm I (2-2-4-6)

Tanım, tarihçe, sınıflandırma, sürat, orta ve uzun mesafe koşular, bayrak koşuları, yürüyüşler ve kurallar.

Fizyoloji (3-2-4-5)

İnsan vücudunu oluşturan hücre, doku, organ ve farklı sistemlerin çalışma mekanizmaları incelenir. İnsan fizyolojisinin ve vücutta bulunan sistemlerin fizyolojik olarak ne şekilde çalıştığı, yapılarının ve birbirleri ile olan ilişkilerinin ne olduğu ve homeostatik kontrolün nasıl gerçekleştiğinin öğretilmesi amaçlanmaktadır.

III. YARIYIL

Türkçe I: Yazılı Anlatım (2-0-2-2)

Yazı dilinin ve yazılı iletişimin temel özellikleri, yazı dili ile sözlü dilin arasındaki temel farklar. Anlatım: yazılı ve sözlü anlatım; öznel anlatım, nesnel anlatım; paragraf; paragraf türleri (giriş-gelişme-sonuç paragrafları). Metnin tanımı ve metin türleri (bilgilendirici metinler, yazınsal metinler); metin olma koşulları (bağlılık, tutarlılık, amaçlılık, kabul edilebilirlik, durumsallık, bilgisellik, metinler arası ilişkiler). Yazılı anlatım (yazılı kompozisyon: serbest yazma, planlı yazma); planlı yazma aşamaları (konu, konunun sınırlandırılması, amaç, bakış açısı, ana ve yan düşüncelerin belirlenmesi; yazma planı hazırlama, kâğıt düzeni); bilgilendirici metinler (dilekçe, mektup, haber, karar, ilan/reklâm, tutanak, rapor, resmi yazılar, bilimsel yazılar) üzerinde kuramsal bilgiler; örnekler üzerinde çalışmalar ve yazma uygulamaları; bir metnin özetini ve planını çıkarma; yazılı uygulamalardaki dil ve anlatım yanlışlarını düzeltme.

Spor Fizyolojisi I (3-2-4-5)

İnsan vücudunu meydana getiren hücre, doku, organlar ve sistemlerin işlevleri. İnsan organizmasının fiziksel yüklenmelere kısa ve uzun dönemde uyumu, enerji kaynakları, antrenmanın fizyolojik temelleri, yorgunluk, toparlanma, doping, beslenme, farklı ortamlarda performans ölçülmesi.

Bilgisayar (2-2-3-5)

Bilişim teknolojileri, yazılım ve donanım ile ilgili temel kavramlar, genel olarak işletim sistemleri, kelime işlemci programları, elektronik tabloları programları, veri sunumu, eğitimde internet kullanımı, bilişim teknolojilerinin toplumsal yapı üzerindeki etkileri ve eğitimdeki yeri, bilişim sistemleri güvenliği ve ilgili etik kavramları.

Antrenman Bilgisi I (3-0-3-4)

Antrenmanın tanımı, kavramları, motorik özellikleri, antrenman yüklenmesi ve ilkeleri.

Sporcu Beslenmesi (3-0-3-4)

Temel beslenme ilkeleri, karbonhidratlar, yağlar, proteinler, mineraller, vitaminler ve suyun organizmadaki görevleri, fiziksel performans etkileri, yarış öncesi, arası ve sonrası beslenme ilkeleri, yaş, cinsiyet ve hastalık durumlarına göre beslenme, sporda ağırlık kontrolü.

Hentbol (3-2-4-5)

Tanım, tarihçe, temel duruş, pas, kale atışları, top sürme ve tip yapma, aldatmalar, bireysel ve takım savunması, takım hücumu, oyun sistemleri ve kurallar.

Basketbol (3-2-4-5)

Tanım, tarihçe, temel duruş, pas, top sürme, şut, rebound, aldatmalar, bireysel ve takım savunması, takım hücumu, hızlı hücum, oyun sistemleri ve kurallar.

IV. YARIYIL

Türkçe II: Sözlü Anlatım (2-0-2-2)

Sözlü dilin ve sözlü iletişimin temel özellikleri. Sözlü anlatım; konuşma becerisinin temel özellikleri (doğal dili ve beden dilini kullanma); iyi bir konuşmanın temel ilkeleri; iyi bir konuşmacının temel özellikleri (vurgu, tonlama, duraklama; diksiyon vb.) . Hazırlıksız ve hazırlıklı konuşma; hazırlıklı konuşmanın aşamaları (konunun seçimi ve sınırlandırılması; amaç, bakış açısı, ana ve yan düşüncelerin belirlenmesi, planlama, metni yazma; konuşmanın sunuluşu) . Konuşma türleri: (karşılıklı konuşmalar, söyleşi, kendini tanıtmaya, soruları yanıtlama, yılbaşı, doğum, bayram vb. önemli bir olayı kutlama, yol tarif etme, telefonla konuşma, iş isteme, yüz yüze görüşme/röportaj yapma, radyo ve televizyon konuşmaları, değişik kültür, sanat programlarına konuşmacı olarak katılma vb.). Değişik konularda hazırlıksız konuşma yapma, konuşma örnekleri üzerinde çalışmalar ve sözlü anlatım uygulamaları, konuşmalardaki dil ve anlatım yanlışlarını düzeltme.

Atletizm II (3-2-4-5)

Atmalar, atlamalar, dekatlon- heptatlon ve kurallar.

Spor Kazalarından Korunma ve Rehabilitasyon (3-0-3-4)

Spor sakatlıklarını hazırlayan faktörler, sakatlanma mekanizmaları, spor sakatlıklarından korunma ilkeleri, ısınma-soğuma, spor sakatlıklarında tedavi ilkeleri türleri ve bandajlama teknikleri.

Antrenman Bilgisi II (3-0-3-4)

Antrenman kavramı ve temel ilkeleri, antrenmanın organizma üzerine etkileri, yorgunluk, toparlanma, antrenman bölümleri, planlanması, kısa süreli ve uzun süreli planlama, yıllık planlama, yüklenme ve temel ilkeleri, sürantrenman, sporda yetenek seçimi, biyomotor yeteneklerin geliştirilmesi.

Voleybol (3-2-4-5)

Tanım, tarihçe, temel duruş, pas, manşet, servis, aldatmalar, smaç, blok, yere düşme teknikleri, takım savunması, takım hücumu, oyun sistemleri ve kurallar.

Artistik Cimnastik (3-2-4-5)

Tanım, tarihçe, yarışma aletlerinde erkekler için: yer, paralel, barfiks, halka kulplu beygir atlama; Bayanlar için: yer, asimetrik paralel, denge, atlama aletleri ve bunlarla yapılan temel beceriler.

V. YARIYIL

Psikomotor Gelişim (3-0-3-5)

Psikomotor davranışlarda ortaya çıkan yaşa bağlı değişimler, bireyler arasındaki benzerlik ve farklılıklar, kavramlar, ilkeler, psikomotor gelişimi etkileyen etkenler, kuramsal yaklaşımlar, fiziksel gelişim, psikomotor gelişim dönemleri, psikomotor gelişim ile fiziksel uygunluk, algısal motor yetenekleri ve benlik kavramı arasındaki ilişki, çocuklarda psikomotor davranışların değerlendirilmesi.

Fiziksel Uygunluk (2-2-3-5)

Fiziksel uygunluğun tanımı, bileşenleri, önemi, fiziksel uygunlukla ilgili kavramlar, fiziksel uygunluğun ölçümü ve değerlendirilmesi, ideal ağırlığın belirlenmesi yöntemleri, her yaş ve fiziksel düzeyde fiziksel uygunluğun geliştirilmesi ve korunması için alıştırmaya yöntemleri, egzersiz alanlarının düzenlenmesi, yönetimi ve organizasyonu.

Futbol (3-2-4-5)

Tanım, tarihçe, temel duruş, pas, top kontrolü, top sürme, aldatmalar, şut, kalecilik, bireysel ve takım savunması, takım hücumu, oyun sistemleri ve kurallar.

Yüzme (3-2-4-5)

Tanım, Tarihçe, Temel Hazırlık Çalışmaları (Su Üstünde Kalabilme, Nefes Alma, Ayak Vuruşu, Kol Çekişi, Makas Hareketi, v.b.) Serbest, Sırtüstü, Kurbağalama, Kelebek Yüzme, Atlayışlar ve Kurallar.

VI. YARIYIL

Spor da Beceri Öğrenimi (3-0-3-5)

Harekete dayalı öğrenme ve performansı etkileyen kalıtsal, çevresel, psikolojik, sosyolojik, biyolojik, nörolojik, kinematik, metodik vb. etmenlerin tanımı, süreci ve modelleri, beceri öğrenme aşamaları, beceri türleri ile becerilerin ölçülmesi.

Engelliler İçin Beden Eğitimi ve Spor (3-0-3-5)

Engelliler için beden eğitimi ve sporun anlam ve önemi, engel türleri ve sınıflandırılmaları, engellilerde beden eğitimi ve spor, beden eğitimi ve sporun engelliler üzerindeki etkileri, engelliler için beden eğitimi ve sporla ilgili hukuki düzenlemeler.

Spor Psikolojisi (3-0-3-5)

Sportif performansın önündeki psikolojik engellerin ortadan kaldırılmasında spor psikolojisinin işlevi, sportif performansı artırmak amacıyla yapılan psikolojik uygulamalar.

Biomekanik (3-0-3-5)

Yerçekimi, ivme, enerji ve güç tanımları, statik, dinamik hareketler ve analizi, kaldıraç, kinematik, kinetik ve çeşitli spor dallarının biomekanik analizi.

Uygulamalı Girişimcilik (2-2-3-4)

Girişimcilik özelliklerinin sınanması, iş fikri geliştirme ve yaratıcılık egzersizleri. İş planı kavrama ve öğeleri (Pazar araştırma, pazarlama planı, üretim planı, yönetim planı, finansal plan) İş planı öğelerinin pekiştirilmesine yönelik atölye çalışmaları (Pazar araştırma, pazarlama planı, üretim planı, yönetim planı, finansal plan) İş planının yazılması ve sunumunda dikkat edilecek hususlar.

VII. YARIYIL

Uzmanlık Dalı Antrenörlük Uygulaması I

Antrenörlük eğitimi alan ve antrenör olacak adayın antrenörlük mesleği ile ilgili elde etmiş olduğu bilgi birikimini değişik düzeydeki okul ve kulüp ortamında seçtiği spor dalına özgü biçimde uygulamaya yansıtmasıdır. Adayın yapacağı bu uygulamalarla deneyim kazanması, teorik bilgileri uygulamaya yönelik çalışmalarla pekiştirmesi amaçlanmaktadır.

Sporda Yetenek Seçimi ve İlkeleri (2-0-2-3)

Yetenek ve yatkınlık kavramının tanımı, yetenek seçimi ve araştırmasına yönelik ön şartlar. Bireysel ve takım sporlarında yetenek seçiminin ilkeleri, uygulama örnekleri, bilimsel ve uygulama alanındaki deneyim birikimleri. Yetenek seçimi için çağdaş model örneklerinin değişik örneklemeleri.

Antrenörlük Eğitiminde Araştırma ve Proje I (2-0-2-4)

Bu derste, öğrencilerin sekizinci yarıyılıda yapacakları tez ile ilgili; literatür tarama, konu ve danışman belirleme, ön rapor hazırlama ve tez kurgusu yapma gibi konular incelenir. Ayrıca, bu derste öğrencilere araştırma teknikleri, istatistik ve içinde buldukları kaynak ortamları tanıtılmaktadır.

Müsabaka Analizi ve Değerlendirme (2-0-2-3)

Spor müsabakalarının değişik gözlem türleri, video tekniği yöntemleriyle analizlerinin kuramsal ve pratik boyutları, gözlem formu hazırlama ve veri değerlendirme uygulamaları. Bireysel ve takım sporlarında gözlem değerlendirme ilkeleri.

Kondisyon Antrenmanları ve Yöntemleri (3-2-4-5)

Temel kavramlar ve ilkeleri, spor branşlarına özgü kondisyonel özellikler, kurumsal yaklaşım, kuvvet, sürat, dayanıklılık ve hareketliliğin geliştirilmesine yönelik tekniklerin öğrenimi.

VIII. YARIYIL

Uzmanlık Dalı Antrenörlük Uygulaması II

Antrenörlük eğitimi alan ve antrenör olacak adayın antrenörlük mesleği ile ilgili elde etmiş olduğu bilgi birikimini değişik düzeydeki okul ve kulüp ortamında seçtiği spor dalına özgü biçimde uygulamaya yansıtmasıdır. Adayın yapacağı bu uygulamalarla deneyim kazanması, teorik bilgileri uygulamaya yönelik çalışmalarla pekiştirmesi amaçlanmaktadır.

Spor Yönetim ve Organizasyon (3-0-3-5)

Spor yönetimi kavramı, spor yönetiminin niteliği ve özellikleri. Spor yönetimi modelleri, Türkiye'de spor yönetiminin tarihsel gelişim süreci varolan yapının incelenmesi, yönetimin evrensel kuram ve işlevlerinin spor yönetimi açısından ele alınması. Spor organizasyonları ve yönetimi.

Antrenörlük Eğitiminde Araştırma ve Proje II (2-0-2-4)

Bu derste, öğrencilerin yedinci yarıyılıda çalışmasına başladıkları tez ile ilgili; ön rapor hazırlama ve tez kurgusu yapma gibi konular incelenir. Ayrıca, bu derste öğrencilere araştırma teknikleri, istatistik ve içinde buldukları kaynak ortamları tanıtılmaktadır.

Antrenman Uygulamaları ve Alan Testleri (2-3-4-6)

Antrenmanın pratik uygulaması, bireysel ve takım sporlarında planlama, harekete dayalı öğrenmenin tanım ve modellerini uygulamayı, spor dallarının yapısı ve özelliklerini öğretmek amaçlanmaktadır. Antropometrik ölçümler, fiziksel ve fizyolojik testlerin branşlara göre uygulanması ve değerlendirilmesinin öğretilmesi amaçlanmaktadır.

SEÇMELİ I

Antrenörlük Eğitimi ve İlkeleri (3-0-3-5)

Antrenman kavramı ve temel ilkeler, antrenör ve tanımı, antrenörün çalışma yöntemleri, antrenör tipleri, antrenör eğitimi, temel çalıştırıcı eğitimi programı, diğer ülkelerin antrenör yetiştirme modelleri.

Fiziksel Aktivite ve Sağlık (3-0-3-5)

Temel beslenme ilkelerini bilme, fiziksel aktivite ile beslenme ilişkisini anlama, hipokinetik hastalıkları bilme, beslenme hastalıklarını bilme, egzersiz ve beslenme ile kilo kontrolünü anlama ve analiz, fiziksel aktivite, beslenme ve kilo kontrolüyle ilgili araştırma planı yapma ve uygulama becerilerini kazandırmak amaçlanmaktadır.

SEÇMELİ SPOR DALI I-II

Badminton (3-0-3-5)

Badminton ile ilgili genel kuramsal bilginin aktarımını, temel beceri ve tekniklerin tanıtımını ve öğretimini kapsamaktadır.

Sportif Ritmik Jimnastik (Bayan) (3-0-3-5)

Tanımı, tarihçesi, serbest ve aletli (ip, çember, top, lobut, kordela, vb.) hareketleri ve yarışma kurallarını kapsamaktadır.

Güreş (3-0-3-5)

Tanımı, tarihi gelişimi, Serbest ve Grekoromen stillerde temel duruş, tutuş, teknik, taktik ve kurallar.

Kayak (3-0-3-5)

Tanımı, tarihi gelişimi, temel teknik ve taktik, beceriler ve kurallar.

Tenis (3-0-3-5)

Tenis ile ilgili genel kuramsal bilginin aktarımını, temel beceri ve tekniklerin tanıtımını ve öğrenimini kapsamaktadır.

Dağcılık (3-0-3-5)

Tanımı, tarihi gelişimi, doğal yaşamın özellikleri, çevre koruma, yürüyüş, yön bilgisi, kampçılık, doğada yaşamı sürdürme, güvenlik, tırmanış, iniş, etkinlik planlama ve değerlendirme.

Masa Tenisi (3-0-3-5)

Masa Tenisi ile ilgili genel kuramsal bilginin aktarımını, temel beceri ve tekniklerin tanıtımını ve öğretimini kapsamaktadır.

Bisiklet (3-0-3-5)

Bisiklet ile ilgili genel kuramsal bilginin aktarımını, temel beceri ve tekniklerin tanıtımını ve öğretimini kapsamaktadır.

Halter (3-0-3-5)

Halter ile ilgili temel beceri ve tekniklerin tanıtımı.

Eskrim (3-0-3-5)

Eskrimin tanımı, tarihçesi, temel kural, teknik ve becerilerin öğrenimi ve öğretim teknikleri.

Kürek (3-0-3-5)

Tanımı, tarihi gelişimi, kürek kategorileri, temel teknik, taktik ve beceriler, antrenman sistemleri, hakemlik kuralları.

Step-Aerobik (3-0-3-5)

Tanımı, tarihi gelişimi, kategorileri, temel bale-dans figürleri, eşli hareketler, farklı kültürlerin dansları, fiziksel aktivite ve alıştırmaların müzik eşliğinde düzenli bir şekilde yapılması.

Okçuluk (3-0-3-5)

Tanımı, tarihi gelişimi, tutuş, atış temel teknik ve beceriler, antrenman sistemi ve kurallar.

İzcilik (3-0-3-5)

Tanımı, tarihi gelişimi, töresi, yöntemi, armaları, örgütlenmesi, ünite oluşumu, eğitim ve öğretim kurumlarındaki izcilik etkinlikleri.

Gösteri Cimnastiği (3-0-3-5)

Gösteri Cimnastiği ile ilgili temel bilgi ve becerileri öğretmek.

Judo (3-0-3-5)

Öğrencilere temel teknikleri öğretmek. Müsabaka kurallarını ve saha ölçülerini öğretmek. Öğretim yöntemlerini ve basamaklamasını anlatmak.

Atıcılık (3-0-3-5)

Tanımı, tarihi gelişimi, temel teknik ve taktik, beceriler ve kurallar.

Binicilik (3-0-3-5)

Biniciliğin tanımı, tarihçesi, temel kural, teknik ve becerilerin öğrenimi ve öğretim teknikleri.

Triatlon (3-0-3-5)

Tanımı, tarihi gelişimi, temel teknik ve taktik, beceriler ve kurallar.

Boks (3-0-3-5)

Tanımı, tarihi gelişimi, antrenman sistemi, temel teknik, taktik ve beceriler, kurallar.

Taekwondo (3-0-3-5)

Taekwondo temel tekniklerinin ve kurallarının öğrenilmesi.

Modern Pentatlon (3-0-3-5)

Tanımı, tarihi gelişimi, temel teknik ve taktik, beceriler ve kurallar.

Oryantiring (3-0-3-5)

Oryantiring eğitimi ve bir oryantiring takımı hazırlayabilecek yeterlilik için gerekli olan teknik ve taktik becerilerinin öğretimi konularına değinilecektir.

Bilardo (3-0-3-5)

Bilardo temel tekniklerinin ve kurallarının öğrenilmesi.

Yelken (3-0-3-5)

Temel yelkencilığe giriş ve tarihçe, yelkenli tekne tipleri ve sınıflamaları, asıl tekne ve yelken donanımları, yelkenli tekneyi seyir öncesi hazırlamada işlem basamakları, yelkenli teknenin yol alış mekaniği, yelkenli teknede alternatif manevralar , denizcilikte hava bilgisi ve rüzgar cetveli , denizcilik gelenekleri ve Uluslararası Denizcilik Tüzüğü. Rüzgar sörfü tip ve sınıflamaları, rüzgar sörfünde tekne ve yelken donanımları, rüzgar sörfünde seyir öncesi hazırlığı ve kara çalışmaları, rüzgar sörfünün yol alış mekaniği ve seyir teknikleri.

Satranç (3-0-3-5)

Öğrencilere temel teknikleri öğretmek. Müsabaka kurallarını anlatmak.

Vücut Geliştirme ve Fitness (3-0-3-5)

Vücut geliştirme ve fitness kavramları, kas kasılması, kas lif tipleri, fitness çalışma yöntemleri, alt ve üst ekstremiteler kas grupları ve çalışma örnekleri ile yeni başlayan, orta ve İleri düzey kişilerde antrenman metotlarının ve vücut geliştirmeciler için beslenme ve ergojenik yardımcılarının öğretilmesi amaçlanmaktadır.

Korfbol (3-0-3-5)

Korfbolda top fırlatma, yakalama, atış teknikleri, asist, rebound fonksiyonları, penaltı ve serbest atış teknikleri, savunma ve hücum sistemlerinin öğretimi ve becerilerin kazandırılması.

SEÇMELİ II - V

Spor Masajı (2-2-3-5)

Spor etkinliklerinde ya da daha sonra, hazırlık ya da toparlanmaya katkıda bulunmak, yaralanma ve sakatlanmaları önlemek, tedavi amaçlı spor masajına ilişkin genel bilgilendirme ve uygulamada kullanılan temel beceri ve tekniklerin öğrenimi ve öğretimini kapsar.

Egzersiz Fizyolojisi (2-2-3-5)

Enerji, spor aktiviteleri sırasında enerji kullanımı, enerji üretimi için gerekli besin maddeleri, toparlanma süreci, iş, güç ve enerji harcanmasının ölçülmesi, kas sistemi ve egzersiz, sinir sistemi ve egzersiz, kardiyovasküler sistem ve egzersiz, solunum sistemi ve egzersiz ile ilgili fizyolojik ölçümlerin öğretilmesi amaçlanmaktadır.

Laboratuvar Uygulamaları ve Alan Testleri (2-2-3-5)

Alanda kullanılan performans testlerinin, laboratuvar kullanımının ve laboratuvarda bulunan ölçüm aletlerinin kullanımının öğretilmesi ve alan testleri ile birlikte laboratuvardaki aletlerin nasıl kullanılacağına öğretilmesi ve bu testlerin uygulanması amaçlanmaktadır.

Spor Teknik ve Taktik Öğretim Yöntemleri (2-0-2-4)

Genel öğrenme ve öğretme yöntemlerine ilişkin tanımlar ve ilkeler, farklı yöntemlerin incelenmesi, yöntemleri planlama, uygulama ve değerlendirme aşamaları, spor branşına özgü teknik ve taktik öğretim yöntemlerinin ilkeleri ve yöntemleri uygulamasında antrenör ve sporcunun rolü.

Çocuk ve Antrenman (2-0-2-4)

Çocuklarda normal büyüme ve gelişimin değerlendirilmesi, ergenlik dönemi özellikleri, farklı spor branşlarının çocuklarda yetenek belirleme, büyüme gelişimi, sağlık açısından etkileri, egzersiz uygulamalarının ne şekilde planlanması ve uygulanması gerektiğinin anlatılması ve bu konuda öğrencilerin bilgilendirilmesi amaçlanmaktadır.

Yaşlılarda Egzersiz (2-0-2-4)

Geriatrinin tanımlanması, yaşlılarda görülen fizyolojik ve fiziksel değişiklikler, yaşlanma ile görülen biyomekanik değişiklikler ve egzersiz uygulamaları, yaşlılarda görülen postür problemleri, öneriler ve egzersizler, yaşlılarda denge ve ağırlık merkezi değişimi, denge ve kuvvet egzersizleri, yaşlılarda yürüyüş bozuklukları ve yürüyüş analizi değerlendirme metotlarının öğretilmesi amaçlanmaktadır.

Kadın ve Spor (2-0-2-4)

Kadının anatomik, fizyolojik, psikolojik özellikleri ve farklılıkları, Kadının özel dönemleri (adet, hamilelik, menopoz ve egzersiz), kuvvet, esneklik, anaerobik güç, aerobik kapasite, yağ kitlesi, vb. gibi farklılıklardan dolayı kadın antrenmanlarında dikkat edilecek noktalar ve hamilelik öncesi, hamilelik dönemi ve sonrasında yapılabilecek egzersizlerin öğretilmesi amaçlanmaktadır.

SEÇMELİ III

Eğitsel Oyunlar (2-2-3-5)

Tanım, tarihçe, oyunun çocuklar için önemi, çocuk gelişimine etkisi, oyun ortamı ve aletleri, temel hareketlerin oyunla öğretimi, oyun seçimi, koordinasyon geliştiren oyunlar, ritmik etkinlikler içeren oyunlar, oyun materyali hazırlama ve oynama.

Bilimsel Araştırma Teknikleri (2-2-3-5)

Bilim ve araştırma temel kavramları, başlıca araştırma türleri yöntem ve modelleri, araştırmada problem, yöntem, bulgu ve yorum, sonuç ve önerilerin ortaya konulmasında izlenecek yollar. Bilgi edinme yolları, uygun istatistiklerin seçimi ve uygulanması, araştırma önerisi ve rapor hazırlama teknikleri.

UZMANLIK SPOR DALI VE TEORİSİ I-II-III

Uzmanlık Spor Dalı ve Teorisi I-II-III (3-2-4-6)

Öğrencilerin Uzmanlık Spor Dalı ve Teorisinde (I-II-III) seçtikleri seçmeli derslerinden 5. ve 6. yarıyılıda gördükleri, edindikleri bilgi ve becerilerin sahaya yansıtılması amacını taşımaktadır. Öğrenciler yapacakları antrenörlük uygulaması ile deneyim kazanacak ve antrenörlük uygulamasının ilkeleri konusunda bilgi edinecektir.

SEÇMELİ IV

Rekreasyon (2-0-2-4)

Tanımı, felsefesi, sosyolojik perspektifi, rekreasyon programları, organizasyon ilkeleri, rekreasyonda okulun rolü, aile ve sanayide rekreasyon, rekreasyonda sınırlılıklar ve alternatifler.

Mesleki Yabancı Dil (2-0-2-4)

Öğrencilerin mesleklerine, ders konularına uygun İngilizce yayınları izleyebilmelerini, ilgili İngilizce terminolojiyi öğrenip Türkçe'ye çeviri yapabilmelerini amaçlar. Mezuniyet sonrası öğrencilerin kariyerleriyle ilgili olarak girecekleri çeşitli yeterlilik sınavlarındaki başarılarını artırmaya yönelik uygulamalar yapmak da bu dersin kapsamı içindedir.